

## ABSTRAK

**Rizki Maulana. 0801438. Penerapan Aktivitas Lari ABC Untuk Meningkatkan Gerak Dasar Lari Jarak Pendek dalam Pembelajaran Atletik. Pembimbing I Dr. Yudy Hendrayana, M. Kes. AIFO. Pembimbing II Arif Wahyudi, S. Pd.**

Penerapan aktivitas lari ABC ini untuk mengetahui adakah perbedaan pengaruh yang signifikan dalam penerapan aktivitas lari ABC terhadap kemampuan gerak dasar lari jarak pendek siswa kelas IV SDN Tespong Raya Kota Sukabumi. Berdasarkan tujuan dan permasalahan di atas, maka metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen, yaitu suatu metode yang memberikan manipulasi serta kontrol terhadap variabel-variabel yang diteliti. Maksudnya adalah untuk memperoleh bukti-bukti yang meyakinkan dari variabel-variabel tersebut. maka populasi sasaran dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV (empat) yang terdiri dari kelas A dan B, sebanyak 80 siswa dari populasi. Dalam penelitian ini penulis mengambil sampel sebanyak 50% dari jumlah populasi, sehingga didapat sebuah sampel penelitian yang berjumlah 40 orang. Pengaruh pembelajaran *aktivitas lari ABC* juga terlihat dari besar rata-rata hasil *posttest* kelompok eksperimen (pembelajaran aktivitas lari ABC) sebesar 75,41 yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol sebesar 53,33. Dengan hasil yang sudah peneliti paparkan maka dapat di simpulkan “terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan dalam penerapan aktivitas lari ABC terhadap kemampuan gerak dasar lari jarak pendek siswa kelas IV SDN Tespong Raya Kota Sukabumi”.

**Kata Kunci :** Aktivitas lari ABC, gerak dasar, atletik

## ABSTRACT

**Rizky Maulana 0801438. Title: Application of run ABC to enhance the activity of running a basic motion sprint. Thesis of PJKR Physical Education. Department of physical Education. FPOK-UPI. Supervisor I: Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes. Supervisor II: Arif Wahyudi, S.Pd.**

This research entitled Application of run ABC to enhance the activity of running a basic motion sprint. The aim of this research is to know a significant difference in the implementation of activities run ABC the ability of the basic motion sprint in grade IV SDN Tespong Raya Sukabumi Based on the above objectives and problems, a method used in this research is an experimental method. Experimental method is a method that provides manipulation and control of the variables studied. There is to know conclusive evidence of the variables. The population of this research is grade IVA and B SDN Tespong Raya Sukabumi which consist of 80 students. The subject of this research which consist 40 students. Learning to run ABC can be seen from the result posttest of the experimental method as much as 75,41 bigger than the control group as much as 53,33. From the data above, it can be concluded that “there is a significant difference in the implementation of activities run ABC the ability of the basic motion sprint in grade IV SDN Tespong Raya Sukabumi”.

**Keyword :** Activities run ABC, basic motion, atletict